

# Schizandra Beeren (Schisandra, Wu-wei-zi), getrocknet, natur

## Getrocknete Schizandra Beeren (*Schizandrae fructus*) – 100 % naturbelassen – aus Wildsammlungen

**Wilde Schizandra Beeren mit antioxidativer Wirkung – als Vital-Snack oder für einen wohltuenden Tee.** Der chinesische Name der Schizandra lautet Wu wei zi, was so viel bedeutet wie Kraut der 5 Geschmacksrichtungen. Der Geschmack der Schizandra Beere ist ziemlich ungewöhnlich und nicht jedermanns Sache, eher etwas für Spezialisten. Es gibt Menschen die lieben den Geschmack, andere finden sie ungenießbar.

### Vorteile von Topfruits Schisandra Beeren auf einen Blick

Schizandra-Beeren unknown

- 100 % naturbelassene Schizandra Beeren, aus Wildwuchs
- schonend getrocknet, für optimalen Erhalt der Mikronährstoffe
- starke antioxidative Wirkung
- pflanzliches Adaptogen
- vielseitig verwendbar - zum Knabbern, als Tee oder in Kräutermischungen

### Schizandra – die Frucht der 5 Geschmacksrichtungen

**Schizandrafrüchte schmecken süßsauer, aber auch salzig, bitter und scharf.** Diese fünf Geschmacksrichtungen gaben der Schizandra Beere ihre Bezeichnung (Wu = fünf), die auf alle fünf Wandlungsphasen abzielt. Während Schale und Fruchtfleisch süße und saure Geschmacksnoten aufweisen, haben die Kerne ein eher salziges, bitteres und scharfes Aroma. Die Kombination dieser geschmacklichen Eigenschaften ist für den menschlichen Geschmackssinn ungewöhnlich und exotisch. Durch dieses recht weite Wirkspektrum erfolgt der Einsatz in der traditionellen chinesischen Medizin im Sinne eines universellen Stärkungsmittels, ähnlich dem Ginseng. Auch in Abwehr von Parasiten werden die Beeren gerne verwendet. In ihrer Heimat China ist die Schizandra genauso beliebt wie die Gojibeere, international aber weniger bekannt. Dort wird sie auch als Glücksbeere oder Spaltkörnchen bezeichnet. Botanisch gesehen gehört die Pflanze zur Familie der Sternanisgewächse. Die reifen Wuweizi Beeren sind klein, rund und rot.

### Natürliche Inhaltsstoffe und Wirkung der Schizandra Beere

**Wie viele farbige Früchte sind "Glücksbeeren" reich an Antioxidantien.** Dazu gehören z.B Polyphenole wie Flavonoide & Anthocyane, es handelt sich dabei um die roten Pflanzenfarbstoffe der chinesischen Power-Beeren. Weitere besondere fruchteigene Inhaltsstoffe sind Phytohormone wie Lignane und entzündungshemmende Substanzen wie Schizandrin, Gomisin und Deoxyschizandrin. Dank ihrer adaptogenen Wirkungsweise lohnt sich der Verzehr von getrockneten Schisandrabeeren insbesondere für Menschen, die Stress oder starker körperlicher Anstrengung ausgesetzt sind.

### Verzehrtipps für getrocknete Wuweizi-Beeren

**Vielfältig verwendbar in der Vitalküche.** Die Beeren eignen sich als Tee, auch als Beigabe zu anderen Kräutertees, in Kräutermischungen oder pur. Verzehrempfehlung: 1 - 2 Teelöffel pro Tag. Für einen Schizandra Tee einfach die getrockneten Früchte mit einem Mörser zerstoßen, heißes Wasser darüber gießen und ca. 20 Minuten ziehen lassen. Schizandra kann auch gemahlen und so verwendet werden (z.B. als Pulver zum Einrühren in Getränke oder Speisen). Wer möchte, streut die Beeren über sein Frühstück, über den Salat oder verfeinert herzhaftere Gerichte mit dem besonderen Aroma. Weitere Informationen zur Schisandrabeere werden in dem Infovideo gezeigt.

### Allgemeine Informationen zu Topfruits Schisandra Beeren

**Zutaten:** 100 % Schizandra Beeren

**Lagerung:** kühl, trocken und dunkel, in dicht schließendem Behälter

**Verpackung:** Bulkbodenbeutel

[Zum Produkt](#)

Nährwertangaben zum Produkt "Schizandra Beeren (Schisandra, Wu-wei-zi), getrocknet, natur"

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1234 kj
Brennwert kcal	293 kcal
Fett	4.3 g
davon gesättigte Fettsäuren	2.0 g
Kohlenhydrate	20 g
davon Zucker	3.0 g
Ballaststoffe	28 g
Eiweiß	1.2 g

### Zusätzliche Informationen

Die Nährwertangaben der Schizandra Beeren unterliegen natürlichen Schwankungen.